SPORTANGEBOT

Abteilung Turnen und Gymnastik

FC FORSTERN E.V.

Stand April 2023

MONTAG:	**Halle:**		
08.30 – 09.30	Klein	Eltern-Kind-Turnen, ab ca. 7 Monate	Schmid-Wilms Michaela
09.45 – 10.45	Klein	Bodystyling mit Baby, Kurs	Schmid-Wilms Michaela
16.00 – 18.00	Groß	Gerätturnen leistungsbezogen, Anfänger	Strickroth Sabrina
19.00 – 21.00	Klein	Danceation	Salz Angela
19.00 – 20.00	Groß	Bodystyling	Schmid-Wilms Michaela
20.00 – 21.00	Groß	Step	Schmid-Wilms Michaela
DIENSTAG:			
08.30 – 09.30	Klein	Pilates	Ippisch Andrea
15.00 – 16.00	Groß B	Eltern-Kind-Turnen, ab 3 Jahre	Roß Steffi
16.00 – 17.00	Groß B	Eltern-Kind-Turnen, ab 2 Jahre	Roß Steffi
15.30 – 16.30	Klein	Seniorengymnastik	Ippisch Andrea
17.30 – 19.00	Groß	Basketball, ab 9 Jahre, Training	Ortmayr Normann / Elger Nicolas
19.00 – 20.00	Groß	Bauch-Beine-Po	Oswald Ulrike
20.15 – 21.15	Online	Yoga	Oswald Ulrike
MITTWOCH:			
15.30 – 16.30	Groß	3./4. Klasse Bewegung und Spiel	Läuger-Stadler Regina / Lang V.
16.30 – 17.30	Kl./Gr.	Rope Skipping – Sportliches Seilspringen	Hoffmann Bettina
19.00 – 20.00	Groß	Total-Body-Workout	Hausmann Dagmar
20.00 – 21.00	Groß	Qi Gong	Hausmann Dagmar
19.00 – 20.00	Klein	Karate für Fortgeschrittene ab 5. Kyu	Effenberger Thomas
DONNERSTAG:			
14.15 – 15.00	Klein	Mini-Tanzma, 4-6 Jahre	Lang Veronika
15.00 – 15.45	Klein	Tanzma, 1. Klasse	Lang Veronika
15.45 – 16.30	Klein	Tanzma, 2. und 3. Klasse	Lang Veronika
16.45 – 17.45	Klein	Dance4kids	Salz Louisa / Schepetz Nina
17.45 – 19.45	Klein	Reflex	Salz Louisa / Ziegler Carina
17.30 – 18.30	Groß B	Karate für Kinder, ab 6 Jahre	Effenberger Thomas
18.30 – 19.30	Groß B	Karate für Jugendliche und Erwachsene	Effenberger Thomas
19.00 – 20.00	Groß A	Rücken-Fit	Engelhardt Christiane
19.50 – 20.50	Klein	Pilates	Lotz Carolina
20.00 – 22.00	Groß	Volleyball für Erwachsene und Jugendliche	Oswald Ulrike
FREITAG:			
14.30 – 15.30	Groß B	Kinderturnen, ab ca. 4 Jahre	Roß Steffi
15.30 – 16.30	Groß B	1./2. Klasse Kinderturnen	Roß Steffi
18.30 – 20.30	Groß	Basketball für Erwachsene-Training	Ortmayr N. / Reichenauer F.

Bitte informieren sie sich über die jeweils aktuellen Bestimmungen zur Durchführung des Sportbetriebes auf der BLSV-Seite oder der Homepage des FC Forstern

Erwachsene bringen bitte festes Schuhwerk, etwas zu trinken und ein Handtuch mit.
Neuanmeldungen tätigen Sie bitte in den jeweiligen Übungsstunden.

Für weitere Informationen und die Kapazitäten in den Sportstunden für Kinder wenden Sie sich bitte an unsere qualifizierten Übungsleiter/innen in ihrer Stunde oder online unter www.fcforstern.de

FC Forstern e.V. Hauptstr.34 85659 Forstern Tel. 08124 – 529185 geschaeftsstelle@fcforstern.de